

Bijbelrooster



Zelfonderzoek

Samenstelling: Mw. H.J. de Jongste en Mw. M. Quist

Er staat veel over zelfonderzoek in de Bijbel. In het Bijbelrooster kun je er drie weken over lezen en leren. Matthew Henry schrijft in zijn uitleg bij Psalm 139: "Heere, U kent mij door en door. U kent mij waar ik ook ben en wat ik ook doe. U kent al mijn bewegingen, mijn zitten, mijn rusten, mijn opstaan om aan mijn werk te gaan (of te gaan studeren). U weet waar mijn hart rust in vindt. U kent mij als ik thuis kom en hoe ik ben in ons gezin of op mijn kamer. U kent al mijn gedachten en mijn plannen. U kent alles van mij."

Begin nu maar om vragen aan jezelf te stellen. Wie ben ik? Hoe staat het met mijn dagelijks leven? Hoe zijn mijn gedachten? Hoe heb ik mijn tong gebruikt? Wat ontbreekt mij? David geeft je goede raad voor je aan zelfonderzoek begint. Vraag dit aan de Heere:

"Beproof mijn hart en mijn gemoed.
U weet, o God, of kwaad of goed
mijn oogmerk is en wat ik denk,
of ik U liefheb, of U krenk.
Zie, of mijn weg mij schuld zal geven.
Leid U mij naar het eeuwig leven"
(Ds. C.J. Meeuse).

4 juli **Zelfonderzoek**

Lezen: Zefanja 2:1-10

Zingen: Psalm 25:6

- Zefanja waarschuwt het volk voor de oordelen die komen zullen. (vers 2) Waarmee moet het volk beginnen om terug te keren tot God? (vers 1 en vers 3)
- Is zelfonderzoek nu ook nog belangrijk?

5 juli **Onderzoek je doen en laten**

Lezen: Klaagliederen 3:32-42

Zingen: Psalm 94:6

- Waarom is het zo belangrijk om ons doen en laten te onderzoeken? (vers 40)
- Wat ziet het volk dan in het eigen hart? (vers 42)
- Wat gaan ze doen? (vers 41) En jij?

Bezoekadres
Houttuinlaan 7
3447 GM Woerden

Postadres
Postbus 79
3440 AB Woerden

danielonline@jbgg.nl
daniel@jbgg.nl
danielonline.nu

Bijbelrooster

6 juli **God kijkt in je hart**

Lezen: Jeremia 17:1-11

Zingen: Psalm 139:14

- Waarom kunnen wij zelf ons hart niet beoordelen? (vers 9)
- Wie ziet ons binnenste wel? Hoe wordt dat in vers 10 genoemd?
- Geeft dat jou angst of juist blijdschap dat de Heere ons hart kent?

7 juli **Een oprechte keus**

Lezen: Jozua 24:14-24

Zingen: Psalm 26:11

- Wat is het belangrijkste in het dienen van de Heere? (vers 23)
- Is jouw dienen van de Heere ook een oprechte keus met je hart?

8 juli **Op de proef gesteld**

Lezen: Ruth 1:10-22

Zingen: Psalm 17:3

- Waarom is het zo verstandig van Naomi om haar schoondochters op de proef te stellen?
- Wat was de uitwerking van het onderzoek?
- Heb jij de keus van Ruth al gedaan?

9 juli **Toets je spreken**

Lezen: Spreuken 10:19-32

Zingen: Psalm 141:3

- Leg de meetlat eens langs je spreken. Wat kan er bij veel praten gebeuren? (vers 19)
- Wat moet ons gebed zijn?

10 juli **Woord en daad**

Lezen: 1 Johannes 3:18-24

Zingen: Psalm 133:3

- Lees vers 20. Wie weet het beter als we iets verkeerd doen: God of wijzelf?
- Daarom moeten we niet alleen lief zijn met woorden, maar met... Noem voorbeelden.

11 juli **Verstandig onderzoeken**

Lezen: Kolossenzen 4:1-6

Zingen: Psalm 34:2

- Hoe moet je jezelf verstandig onderzoeken om het juiste woord op de juiste plaats en op het juiste moment te spreken?
- Wat kunnen we voorkomen door eerst onszelf te onderzoeken voor we in gesprek gaan met de ander?

12 juli **Zie toe op jezelf**

Lezen: 1 Timótheüs 4:6-16

Zingen: Psalm 119:67

- Welke lessen geeft Paulus aan Timótheüs om hem te leren dat je zelfonderzoek niet kunt missen?
- Wat kan jij er van leren?

Bijbelrooster

13 juli Jezus' voorbeeld

Lezen: Johannes 13:1-15

Zingen: Psalm 25:4

- Wat merk je van zelfonderzoek bij de discipelen? Merk je er veel van, weinig of helemaal niets?
- Wat kun je van Jezus' voorbeeld leren?

14 juli De Heilige Geest is nodig

Lezen: Johannes 14:19-31

Zingen: Psalm 119:3

- Wie hebben we nodig om ons alles te leren?
- Hoort daar zelfonderzoek ook bij? Geef antwoord met een voorbeeld.

15 juli De Heere weet alles

Lezen: Psalm 7:1-10

Zingen: Psalm 7:5

- Hoe komt het dat David niet bang is tegenover de Heere als hij zichzelf onderzoekt en de Heere om uitkomst vraagt?
- Met welke woorden staat er in vers 10 dat de Heere alles weet?
- Waar moet je dus rekening mee houden als je jezelf onderzoekt?

16 juli Zoek de Heere

Lezen: Psalm 11

Zingen: Psalm 11:4

- Waarom is het belangrijk om Psalm 11 te lezen als het over zelfonderzoek gaat?
- Wat wil de Heere tot jou zeggen in dit gedeelte?

17 juli Gedachten en woorden

Lezen: Psalm 17

Zingen: Psalm 17:2

- In welk vers van Psalm 17 kun je lezen dat Davids gedachten en woorden met elkaar kloppen?
- Waar moet jij dus ook altijd rekening mee houden in het zelfonderzoek?

18 juli Kijk omhoog

Lezen: Psalm 19

Zingen: Psalm 19:1

- Wat ziet David als hij omhoog kijkt?
- Kun je iets leren uit wat je ziet in de natuur voor zelfonderzoek?

19 juli Eerlijk voor de Heere

Lezen: Psalm 26

Zingen: Psalm 26:2

- In welke verzen lees je het verlangen van David om eerlijk voor de Heere te leven?
- Wat mag de Heere bij hem doen?
- Zeg jij dat ook tegen de Heere als je jezelf gaat onderzoeken?

Bijbelrooster

20 juli **Spreek met je hart**

Lezen: Psalm 66:1-12

Zingen: Psalm 66:10

- Hoe spreekt de dichter met zijn hart?
- Is spreken met je hart hetzelfde als zelfbeproeving?
- Vind jij het lastig om met je hart te spreken of juist niet?

21 juli **Doe je mond open**

Lezen: Psalm 81:1-11

Zingen: Psalm 81:12

- Misschien zeg je: Wat moeilijk allemaal over zelfbeproeving. Wat zegt de Heere in de Bijbel om jou hiermee te helpen?
- Heb je dat wel eens meegemaakt?

22 juli **Onderwijs in de nacht**

Lezen: Psalm 77:1-12

Zingen: Psalm 77:3

- De dichter kon niet slapen. Hoe begon toen zijn zelfbeproeving?
- Spreek jij ook wel eens met je hart als je niet kan slapen?
- Welk onderwijs gaf de Heere de dichter door het werk van de Heilige Geest?

23 juli **Ja, overal is God**

Lezen: Psalm 139:1-12

Zingen: Psalm 139:1

- Wat leert dit Bijbelgedeelte over Gods alwetendheid?
- Is God dus ook op de plaats waar jij met je hart praat?
- Is dat tot troost of tot schrik?

24 juli **Leid mij**

Lezen: Psalm 139:13-24

Zingen: Psalm 139:9

- David vraagt aan de Heere om zijn hart en gedachten te kennen.
- Kun jij het verschil uitleggen tussen kennen en weten?
- Waarom zijn de verzen 23 en 24 zo belangrijk bij zelfonderzoek?